

食べて歩いて、健康になろう!

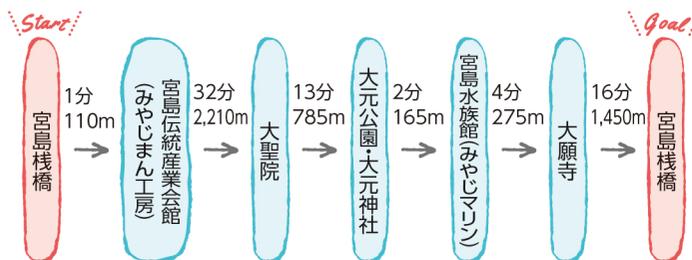
あの街“おいしい”ウォーキング

日本三景として
称えられる美しい町 『廿日市市』

宮島再訪! さらなる魅力を探るウォーキング

フェリーで宮島に上陸したらまずは、宮島伝統産業会館でもみじ饅頭の手焼き体験! できたてのほかほかをいただく。島の雄大な自然を感じられるうぐいす歩道を散策しながら、向かうは大聖院。かつて厳島神社の祭事を司っていたという。続いてはあせび歩道に沿って、大元公園・大元神社を目指す。その創建は厳島神社よりも古いとか。宮島水族館ではシンボルのスナメリに癒されよう。厳島神社の修繕などを担っていた大願寺を参拝し、最後は商店街でお土産を吟味しよう。

歩く時間: 1時間8分 歩く距離: 4,995m 消費カロリー: 249kcal



1 宮島伝統産業会館 (みやじまん工房)

宮島の伝統工芸品を展示・販売しているほか、宮島彫りや杓子づくりなどの体験も行っている。
☎0829-44-1758
📍廿日市市宮島町1165-9



2 大聖院

806年(大同元年)、弘法大師により開創された真言宗御室派の大本山。座禅や写経などを体験できる。
☎0829-44-0111 📍廿日市市宮島町210



3 大元公園・大元神社

桜の名所として知られる公園。園内には国の重要文化財である大元神社がある。
☎0829-44-2020 (厳島神社) 📍廿日市市宮島町大元



4 宮島水族館(みやじまリン)

瀬戸内海を中心とした350種以上の生きものたちに出会える。養殖用のカキいかだを再現した「カキ水槽」など見どころ多数。
☎0829-44-2010 📍廿日市市宮島町10-3



5 大願寺

国の重要文化財である仏像を4体有し、そのうちの秘仏厳島弁財天は日本三大弁財天の1つである。
☎0829-44-0179 📍廿日市市宮島町3



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用制限措置等をとっている場合があります。詳しくは各施設へお問い合わせください。

- 凡例
- 📍 おすすめ立ち寄りスポット
 - 🚶 主要道
 - 🚶 一般道
 - 👣 登り坂
 - 👣 下り坂
 - 🚻 トイレ
 - 🗺️ 県道
 - 🚻 W.C.

「神の島」と謳われる宮島には、世界遺産の厳島神社に関わりのある貴重な社寺がいっぱい。今回は、前回宮島を取り上げた2019年2月号のコースでは巡りきれなかった社寺を中心に歩いてみよう!



広島グルメ「SUNジュ〜SEA」太陽の恵み・SUN! 鉄板グルメ・ジュ〜! 海の幸・SEA! おいしいものをこよなく愛するウォーキングナビゲーター。



4 宮島水族館 (みやじまリン)

2019年6月から工事中。終了予定は未定

5 大願寺

豊国神社 (千畳閣)

3 大元公園・大元神社

ピュースポットでひと休み

2 大聖院

宝物館



今回はばくが案内するよ!



1 宮島伝統産業会館 (みやじまん工房)

は宮島の自然散策ルートになっているよ。森林浴をしながらのウォーキングが気持ちいい!

車も通るので気をつけよう



宮島には約500頭にもおよぶニホンジカが生息しているよ。鹿の健康のために、エサを与えたり、ゴミを捨てたりしないよう気をつけよう。

もみじ饅頭



広島県の「県花」であり、「宮島町の木」でもある「紅葉」を模してつくられた言わずと知れた銘菓。王道のこしあんから、チーズや抹茶、栗、芋、フルーツ系など、さまざまな味が楽しめる。宮島にはもみじ饅頭を製造している店がおよそ20店ほどあり、食べ比べてみるのもおすすめです。

今回のウォーキングで 249kcal消費 = もみじ饅頭 約2.3個分 *こしあんて算出

廿日市の
おいしいもの

1個あたり
106kcal

※時間・距離は目安です
※消費カロリーは体重60kgの人が分速80mで平地を歩いた場合の総計距離で算出しています